***WORKSHEETS* (LEMBAR KERJA)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mata Kuliah** | **:** | **Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi** |
| **Materi** | **:** | Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan  fisik pada masa pra konsepsi |
| **Nama Mahasiswa** | **:** | Apriliana Andin |
| **NIM/ Kelompok Kelas** | **:** | 2010101002/A1 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Konten** | **Keterangan/Tujuan Pemeriksaan** |
| 1 | Persiapan alat | Mempersiapkan kelengkapan alat yang akan digunakan untuk pemeriksaa fisik sesuai kebutuhan. |
|  | Pemeriksaan Fisik *Head*  *to Toe* | Pemeriksaan fisik head to toe ini bertujuan mendeteksi ada atau tidaknya perubahan dalam kemampuan fisik maupun sensorik |
| 2 | Memeriksa bagian kepala :  penyebaran rambut, kebersihan kepala, rontok | Bertujuan Untuk Mengetahui kondisi kepala,dan rambut apakah terdapat kelaianan dan mengetahui kebersihannya. |
| 3 | Memeriksa bagian muka : adakah pucat, adakah oedem | Bertujuan untuk mengetahui adakah pucat, adakah oedem pada bagian muka. |
| 4 | Memeriksa bagian Mata | Bertujuan untuk mengetahui kondisi bagian mata   * Kelengkapan dan kesimetrisan mata * Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endofthalmus (mata tenggelam) * Kelopak mata/palpebra : adakah oedem, ptosis, peradangan, luka, atau benjolan * Bulu mata : rontok atau tidak * Konjunctiva : merah muda atau pucat * Sclera : adakah perubahan warna, kemerahan , kuning atau pucat. * Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis/mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali, nomalnya isokor/pupil sama besar. * Kornea, warna merah biasanya karena peradangan, warna putih atau abu-abu di tepi kornea (arcus senilis), warna biru, hijau pengaruh ras. Amati kedudukan kornea * Nigtasmus : gerakan ritmis bola mata * Strabismus konvergent : kornea lebih dekat ke sudut mata medial, Strabismus devergent |
| 5 | Memeriksa bagian hidung : | Bertujuan untuk memasaatikan kondisi hidung apakah ada kelaianan atau tidak   * Bentuk tulang hidung dan posisi septum nasi (adakah pembengkokan atau tidak) * Meatus, adakah perdarahan, kotoran, pembengkakan, mukosa * hidung, adakah pembesaran (polip) |
| 6 | Memeriksa bagian telinga | Bertujuan untuk mengetahui komndisi telinga apakah ada kelaianan atau tidak   * bagian teliga luar: bentuk, ukuran, warna, lesi, nyeri tekan, adakah peradangan, penumpukan serumen. * Palpasi:   Dengan otoskop periksa amati, warna, bentuk, transparansi,perdarahan, dan perforasi. |
| 7 | Memeriksa bagian mulut dan faring | Bertujuan untuk mengetahui bagian mulut dan faring adakah kelaianan atau tidak   * untuk mengamati bibir, untuk mengetahui kelainan konginetal (labioscheisis, palatoscheisis, atau labiopalatoseisis), warna bibir pucat, atau merah, adakah lesi dan massa. * untuk mengamati gigi, gusi, dan lidah, adakah caries, kotoran, kelengkapan, gigi palsu, gingivitis, warna lidah, perdarahan dan abses. * untuk mengamati orofaring atau rongga mulut, bau mulut, uvula simetris atau tidak * mengetahui adakah pembesaran tonsil * Perhatikan suara klien ada perubahan atau tidak * Perhatikan adakah lendir dan benda asing atau tidak |
| 8 | Memeriksa bagian leher | Bertujuan untuk mengetahui bagian leher adakah   * Bentuk leher simetris atau tidak, ektomorf/ kurus ditemukan pada orang dengan gizi jelek, atau TBC, sedangkan endomorf ditemukan pada klen obesitas, adakah peradangan * ,jaringan parut, perubahan warna, dan massa * Kelenjar tiroid, ada pembesaran atau tidak dengan meraba pada suprasternal pada saat klien menelan, normalnya tidak teraba kecuali pada aorang kurus * Vena jugularis, ada pembesaran atau tidak |
| 9 | Memeriksa bagian Payudara  Inspeksi | Bertujuan untuk mengetahui bagian Payudara  Inspeksi apakah terjadi  a.inpeksi   * + Ukuran payudara, bentuk, dan kesimetrisan, dan adakah pembengkakan. Normalnya melingkar dan simetris dengan ukuran kecil, sedang atau besar.   + Kulit payudara, warna, lesi, vaskularisasi,oedema.   + Areola: Adakah perubahan warna, pada wanita hamil lebih gelap.   + Putting: Adakah cairan yang keluar, ulkus, pembengkakan   + Adakah pembesaran pada kelenjar limfe axillar dan clavikula   b.palpasi   * Adakah secret dari putting, adakah nyri tekan, dan kekenyalan. * Adakah benjolan massa atau tidak |
| 10 | Memeriksa bagain Abdomen Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya  scar, strie, adakah nyeri | Bertujuan untuk mengetahui bagain Abdomen Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanyascar, strie, adakah nyeri |
| 11 | Memeriksa Ekstremitas atas dan bawah :  Edema, varises , reflek patella | Bertujuan untuk mengetahui apakah ada kelaianan Ekstremitas atas dan bawah :  Edema, varises , reflek patella |
| 12 | Memeriksa Genatalia : | Bertujuan untuk menetahui bagian Genetalia apakah terjadi  Inspeksi   * Kuantitas dan penyebaran pubis merata atau tidak. Amati adanya lesi, eritema, keputihan/candidiasis   Palpasi   * Tarik lembut labia mayora dengan jari-jari oleh satu tangan untuk mengetahui keadaan clitoris, selaput dara, orifisium danperineum, bartholinitis |
| 13 | Memeriksa Rektum dan Anus | Bertujuan untuk mengetahui bagian Rektum dan anus apakah terdapat kelaianan seperti hemoroid ,kelainan pada kanul dan rektum |
| 14 | Memeriksa punggung | Bertujuan Untuk bagian punggung apakah terdapat kelainanbentuk tulang belakang (Lordosis, Kifosis, Skoliosis) |